

Mentale gezondheid

Ondersteuning bij mentale gezondheid en herstel

Het kan iedereen overkomen: je (tijdelijk) beperkt voelen door een burn-out, een depressie, angstklachten, NAH (niet aangeboren hersenletsel) of andere mentale klachten. De herstelcommunity Connection is er dan voor jou. We creëren samen een veilige omgeving waarin je, als bondgenoten, samen werkt aan jouw herstel.



Mentale gezondheid

CONNECTION
Herstel

Ontmoet en werk aan jouw herstel bij Connection

Wil jij stappen maken in jouw herstel? Gelijkgestemden ontmoeten en elkaar een stapje verder helpen? Dan ben je welkom bij onze herstelcommunity Connection. Connection is de community voor volwassen mensen met een kwetsbaarheid.

Elkaar verder helpen vanuit eigen ervaringen en door met elkaar te delen. Dit doen we door middel van verschillende herstelgerichte activiteiten.

Onze visie op herstel

We **ontmoeten** elkaar, delen ervaringen en kennis. We vinden herkenning en erkenning. Samen zijn en je gehoord voelen. 'Ont-moet', niks moet en veel mag.

We **ondersteunen** elkaar. Zonder oordeel bieden we elkaar een luisterend oor. We hebben begrip voor elkaar. We zijn er voor elkaar.

Je krijgt kansen om jezelf te **ontwikkelen** vanuit je eigen kracht. Groei op jouw manier, via jouw eigen weg. Stapje voor stapje je eigen regie terugpakken.

Je **onderneemt** stappen, naar je eigen vermogen en draagkracht. Je pakt je eigen verantwoordelijkheid. Je stuurt je eigen leven om een betekenisvolle rol te hebben.

Kwartiermaker
Dimitri:

"Connection heeft mij en anderen enorm op weg geholpen."



Kwartiermakers bij Connection

Vanuit Connection werken we met vrijwillige kwartiermakers. De kwartiermakers hebben de **rol van voortrekkers** en zijn **ervaringswerkers**. Vanuit hun eigen ervaring ondersteunen zij anderen om stappen te maken. Ze leiden activiteiten en begeleiden anderen.

**Wil je deelnemen aan Connection?
Of (vrijwillige) kwartiermaker worden?
Neem contact op!**

Wil je meer informatie?

Lucia Ldijkstra@santepartners.nl of 06 23 58 90 03

Marieke M.nijland@santepartners.nl of 06 23 49 18 45

santepartners.nl/welzijnduivenwestervoor

